জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৫)

আবু আবদুল্লাহ
হে মুজাহিদ ভাইয়েরা, জিহাদের প্রস্তুতি শুরু করুন,আজ থেকেই! (পর্ব ৫)

হে মুজাহিদ ভাইয়েরা
জিহাদের জন্য নিজেদেরকে প্রস্তুত করুন আজ থেকেই!
কেননা আল্লাহ তায়ালা বলেনঃ

وَأَعِدُّوا لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِن دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ

আর প্রস্তুত কর
তাদের সাথে যুদ্ধের জন্য
যাই কিছু সংগ্রহ করতে পার
নিজের শক্তি সামর্থ্যের মধ্যে থেকে এবং
পালিত ঘোড়া থেকে
যেন প্রভাব পড়ে
আল্লাহর শুত্রুদের উপর এবং তোমাদের শত্রুদের উপর
আর
তাদেরকে ছাড়া অন্যান্যদের উপর ও যাদেরকে তোমরা জান না
আল্লাহ তাদেরকে চেনেন।
[সূরা আল-আনফালঃ৬০]

তাই নিজেদের সাধ্য অনুযায়ী জিহাদের জন্য প্রস্তুতি নিতে থাকুন।

★আপনার হাত ও পা কে মজবুত ও শক্তিশালী করুন শক্তিশালী...
বাড়ীতেই একটি পাঞ্চিং ব্যাগ বানান। বানানো খুব সহজ।

পুরাতন একটি জিন্সের প্যান্ট সংগ্রহ করুন
নতুন হলে আরো ভাল,অনেক দিন প্রাকটিস
করতে পারবেন।
জিনসের প্যান্ট কোমরের অংশটুকু* বাদ দিয়ে কেটে
ফেলুন,
এবার একটির পা আরেকটির পায়ের মধ্যে ঢুকান।
দুটো একসাথে করলে ব্যাগটা প্রচুর শক্ত হবে।
এবার ভিতর দিকে একটা দড়ি দিয়ে গিঠ বেঁধে
ফেলুন।
এ’জন্য ব্যাগটাকে উল্টে নিবেন।
ভেতরে গিট্টু লাগানোর পর উপরের কিছু অংশ বাকি
রেখে
পরিষ্কার শুকনো বালি দিয়ে ভর্তি করুন,
এবার একটা শক্ত দড়ি দিয়ে ঝুলিয়ে দিন।
একটু ফাঁকা জায়গা ঝুলাবেন।
এখন ব্যাগটিকে প্রথমে আস্তে আস্তে ঘুসি মারতে থাকুন
পরে,
দিন দিন আগের চেয়েও জোরে জোরে ঘুসি মারতে
থাকুন
নিয়মিত ট্রেনিং করতে পারলে

মাত্র এক থেকে দেড় মাসের মধ্যেই আপনি
শরীরের সমস্ত শক্তি দিয়ে বালির ব্যাগটিকে আঘাত
করতে পারবেন।
আর যখন আপনি এই ক্ষমতা অর্জন করতে পারবেন
তখন আপনার একটা প্রচন্ড ঘুসির আঘাতেই
দুশমনের যে কোন অঙ্গ ভেঙ্গেচুরে যেতে পারে!
এমনকি এই একটি মাত্র আঘাত যদি দুশমনের শরীরের
সেন্সেটিভ জায়গায় দিতে পারেন তবে তা তার
মৃত্যুর জন্য যথেষ্ট হতে পারে।
এই পাঞ্চিং ব্যগ দিয়ে আপনি লাথিও
প্রাকটিস করবেন,
এবং আপনার পাকে প্রচন্ড শক্তিশালী
করে তুলুন।
খুব গুরুত্বপূর্ণ একটি কথা মনে রাখবেন,
দুশমনকে আঘাত করার ক্ষেত্রে হাতের আঘাতের চেয়ে
পায়ের আঘাত কিন্তু প্রায় ৩ গুন বেশি শক্তিশালী!!
এই ট্রেনিং এর মাধ্যমে
আপনার হাত পা ও শক্ত হবে
সেই সাথে প্রচন্ড জোরে মারার ক্ষমতাও অর্জন
করবেন।

প্রথম প্রথম খুব জোরে মারতে যাবেন না।
বন্ধুরা এই ট্রেনংগুলি হয়ত কারো কারো কাছে
অপ্রয়োজনীয় বা সাধারন মনে হতে পারে।
কিন্তু এর প্রয়োজনীয়তা ময়দানে বুঝতে পারবেন
ইনশাআল্লাহ।
তাই কোন ট্রেনং কেই ছোট মনে করবেননা।
যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে
জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন, ইনশাআল্লাহ আপনি
এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন যা অন্যদের নেকি
থেকে ভিন্ন!
এবং নিজের প্রতি এমন আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।